

IL MASSAGGIO IN ACQUA

Domenica 10
dicembre 2006



Watsu, abbreviazione di water-shiatsu, cioè shiatsu in acqua, è un massaggio meditativo condotto in acqua calda che rilassa profondamente e potenzia notevolmente l'ascolto di sé. Basato sull'ascolto della "danza del respiro" e sulla quiete stimolata da movimenti lenti e armoniosi, attraverso il watsu, l'acqua diventa culla, nutrimento, protezione, gioco.

L'acqua accoglie,
sostiene, accarezza,
massaggia, alleggerisce.

PROGRAMMA

La memoria corporea e l'ascolto delle percezioni interne
Liberare il corpo in acqua: ridurre le tensioni muscolari
Sperimentare la fiducia nell'altro: farsi accogliere, cullare e proteggere
Accedere a livelli di rilassamento più profondi: sperimentare una seconda nascita

Watsu è utile nei casi di rieducazione motoria e respiratoria, nei disturbi del sonno, nei casi di cefalee, dolori lombo-sacrali, ansia, stress, blocchi posturali, allo scopo di favorire il recupero dell'integrità psico-corporea ed emotiva.

INDICAZIONI

Il seminario, rivolto ad un numero massimo di 16 persone, si terrà presso la Micropiscina di via C. Battisti - Pesaro, dalle ore 10.00 alle ore 18.00. Per ulteriori informazioni sul programma è possibile contattare il referente del corso Marco Stupiggia, tel. 0546.656683.

ISCRIZIONI

Associazione per lo sviluppo dell'espressività psico-corporea e interpersonale
C.so XI Settembre, 264 - PESARO- tel. 0721.370369 - cell. 329.2275512 - Email: info@rimbalzo.it - www.rimbalzo.it